

Рассмотрено  
Педагогическим советом  
Протокол № 2 от 30.10 2023 года



Утверждено  
Приказ № 1 от 31.10 2023 года

директор школы  
Горячевская Е.Ю.

*[Handwritten signature]*

**Программа здоровьесбережения  
муниципального казенного общеобразовательного  
учреждения «Еловская основная общеобразовательная школа»  
на 2023-2026 г.г.**

**«Путь к здоровью»**

С. Еловка 2023 г.

## Содержание

Паспорт программы.....	3
Пояснительная записка... ..	5
Нормативно- правовая база программы.....	7
Ресурсное обеспечение программы.....	8
Сроки и этапы реализации программы... ..	9
Общее представление о здоровьесберегающей среде... ..	9
Основные направления в здоровьесберегающей деятельности школы.... ..	11
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности... ..	13
Здоровьесберегающие средства и технологии... ..	14
Методы контроля над реализацией программы... ..	16
Ежегодный примерный календарный план реализации программы .....	19
Ожидаемые результаты здоровьесберегающей деятельности школы.....	21
Планируемые результаты реализации программы .....	22

## Паспорт программы

Наименование программы	«Путь к здоровью»
Разработчики программы	Е.Ю. Горячевская, директор школы; Т.М. Халтурина учитель математики; В.И. Дудникова учитель биологии; А.И. Горячевский учитель физкультуры
Цель программы	- создать образовательную среду, гарантирующую безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создание условий жизнедеятельности образовательного учреждения, адекватных образовательному процессу и наиболее благоприятных для саморазвития, самосовершенствования личности и повышения уровня здоровья учащихся;</li> <li>- формирование информационной базы по состоянию здоровья детей и подростков;</li> <li>- разработка и внедрение организационно-педагогических мероприятий по здоровому образу жизни;</li> <li>- введение в повседневную практику здоровьесберегающих технологий обучения и оздоравливающих методик коррекции и укрепления здоровья;</li> <li>- формирование в рамках образовательного процесса у учащихся ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья и навыков здорового образа жизни;</li> <li>- просвещение родителей в вопросах понимания значения здорового образа жизни;</li> <li>- методическое обеспечение процесса оздоровления учащихся.</li> </ul>
Срок реализации программы	2023 – 2026 гг
Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность	<ul style="list-style-type: none"> <li>-повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения;</li> <li>- повышение приоритета здорового образа жизни;</li> <li>- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья;</li> <li>- повышение мотивации к учебной деятельности;</li> </ul>

	<p>-снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса;</p> <p>-повышение уровня физической подготовки школьников</p> <p>- отрегулировать систему внеурочных занятий, способствующих комплексному формированию здорового образа жизни;</p> <p>- организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.</p>
Участники реализации программы	Учащиеся 1-9 классов, родители, классные руководители, учителя-предметники, педагог-психолог школы, социальный педагог.
Формы и методы реализации программы	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, традиционные мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность
Условия реализации программы	<p>Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ.</p> <p>Учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данногорешения на здоровье школьников.</p> <p>Проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторингапроисходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья.</p> <p>Учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы.</p>
Управление, контроль	Контроль над реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

## Пояснительная записка

Проблема здоровья школьников сегодня как никогда актуальна. В Федеральном государственном образовательном стандарте говорится, что «Единственный и абсолютный в своем значении предмет общего среднего образования – становящийся человек и гражданин, его ЗДОРОВЬЕ, его человеческие и гражданские качества».

Для решения задачи сохранения здоровья ученика Министерство образования Российской Федерации инициировало разработку в образовательных учреждениях специальных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизиологических особенностей. Решение проблемы здорового образа жизни является ключевой во все возрастные периоды, начиная с раннего детства.

Настоящая Программа «Путь к здоровью» (далее - Программа) составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования.

Данная программа рассчитана на 3 года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Школа должна выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего – здорового. Обозначая цель деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья учащихся и педагогов нашей школы, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Реализация программы начинается с первого класса и продолжается на всех ступенях обучения, способствуя сохранению здоровья участников образовательного процесса. Программа служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Для ее реализации не требуется дополнительных часов в учебном плане школы, она войдёт в образовательные области, базирующиеся на предметах естественнонаучного, гуманитарного, эстетического циклов, а также через систему дополнительного образования и воспитательные мероприятия.

Программа призвана послужить моделью, которую школа и учителя смогут использовать при разработке учебных планов, отвечающих потребностям школьников в этой области знаний, а также при оценке достижений учащихся.

Основной задачей нашей школы является формирование у обучающихся системы знаний учебных дисциплин. Но образование – это один из основных элементов социально культурного и экономического развития страны. В этой

связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, нравственного и психического здоровья подрастающего поколения. Поэтому наше образовательное учреждение содействует социализации выпускников основной общеобразовательной школы в сложных, динамично меняющихся, условиях современной действительности.

Предлагаемая Программа включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время направления здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования:

- Сохранение и укрепление здоровья ученика.
- Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.
- Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Искоренение всех компонентов, разрушающих здоровье ученика – дело не простое. Оно требует терпения, последовательности, системы и выдержки. Работая в данном направлении от случая к случаю результата не добиться. Планомерное сотрудничество всех участников образовательного процесса в направлении сохранения и укрепления здоровья ученика приведет к желаемому результату: здоровый ученик – здоровое будущее страны!

## Нормативно – правовая база

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст.41, 42,

- Федеральным законом Российской Федерации от 21.11.2011г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» ст.7, 54,

- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» гл.ХІ,

- Конвенцией по правам ребенка ст.6 п.1.2, 19, Конституцией РФ ст.41 п.3,

- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» 24.07.98 №124-ФЗ, - Гражданским кодексом РФ гл.59 ст.1064, 1065 «Общие основания ответственности за причинение вреда»,

- Семейным кодексом РФ раздел 4 гл.12 ст 63, 65 «Права родителей по воспитанию и образованию детей»,

- Приказом Минобразования РФ от 15.01.2002г. №76 «О создании безопасных условий жизнедеятельности, обучающихся в образовательных учреждениях», Приказа Минобразования РФ от 07.08.2000г. №2414, - Письмом Минобразования от 12.07.2000г. №22-06.778 «О принятии дополнительных мер по предотвращению несчастных случаев с обучающимися и работниками образовательных учреждений»,

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утверждёнными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2011 № 189,

- Локальных актов школы, регламентирующих вопросы охраны здоровья обучающихся.

## Ресурсное обеспечение программы

В школьном здании МКОУ «Еловская ООШ» созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором.

<b>Кадровые ресурсы</b>	<b>Материально - технические</b>	<b>Научно- методические ресурсы</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Директор ОУ;</li><li>- педагог-психолог;</li><li>- социальный педагог;</li><li>- классные руководители;</li><li>- учителя-предметники;</li><li>- члены школьного родительского комитета.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- кабинеты, обеспеченные необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающим гигиеническим требованиям;</li><li>- спортзал, обеспеченный спортивным инвентарем и спортивным оборудованием;</li><li>- раздевалки, душевые;</li><li>- столовая, соответствующая всем санитарным и гигиеническим требованиям;</li><li>- медицинский кабинет.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- методическая литература, необходимая для подготовки уроков с использованием здоровьесберегающих технологий;</li><li>- методические разработки уроков, классных часов, родительских собраний.</li></ul>



## Сроки и этапы реализации программы

- 1 этап – 2023-2024 уч. г.
- 2 этап – 2024-2025 уч. г.
- 3 этап – 2025-2026 уч. г.

### 1. Этап. Подготовительный (2023-2024г.)

**Цель:** выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов; разработка программ (или проектов) по здоровьесберегающей педагогике.

**Задачи:**

- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение и внедрение новых здоровьесберегающих технологий;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

**Ответственные:** Администрация школы, рабочая группа (учителя-предметники, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог).

### 2. Этап. Практический (2024-2025 г.)

**Цель:** реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно - образовательного процесса.

**Задачи:**

- совершенствование материально-технической базы ОУ: разработка планов воспитательных работ с классом по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний и здорового образа жизни обучающихся;
- обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей;
- организация сотрудничества семьи и школы: систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- повышение психолого-педагогической компетентности педагогического коллектива: внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;

– организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;

– организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.

**Ответственные:** Администрация школы, рабочая группа (учителя-предметники, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог), родители.

### **3. Этап. Аналитический (2025- 2026 г.)**

**Цель:** анализ результатов выполнения программы.

**Задачи:**

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов с поставленной целью;

- корректировка и описание хода и результатов программы;

- оформление рекомендаций, памяток, по организации здоровьесберегающей деятельности.

**Ответственные:** администрация, учителя-предметники, родители.

### **Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении**

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм

- Учет возрастных особенностей обучающихся

- Режим учебно-познавательной деятельности

- Организация питания

- Социально-педагогические условия обучения

*Слагаемые здоровьесберегающей среды:*

- Родители, их взаимоотношения с ребенком

- Школьная среда

- Организация и содержание внеучебного времени

- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)

- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися)

- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

## **Основные направления в здоровьесберегающей деятельности школы.**

### *1. Сохранение и укрепление здоровья ученика.*

- обеспечение школьника возможностью сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- уменьшение уровня тревожности учащихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- положительная динамика физического развития ребенка;
- коррекция способности ребенка выстраивать отношения со сверстниками, родителями, учителями; коммуникативные навыки вне школы;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- применение индивидуального подхода к учащимся;
- наличие правильного, сбалансированного питания учащихся;
- повышение уровня культуры здоровья учащихся, их грамотности в вопросах здоровья;
- компетентность педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.

*2. Обеспечение формирования здоровьесохранных культурных традиций семьи.* Формирование здорового образа жизни должно стать одной из традиций семьи. Она играет важнейшую роль в формировании навыков, умений и основных знаний, способствующих поддержанию собственного здоровья:

- соблюдения элементарных культурно – гигиенических навыков;
- правильное построение и соблюдение режима дня;
- умение анализировать опасные ситуации (находить выход из них);
- знание основных частей тела, их расположение и роль в жизнедеятельности организма;
- знание основ безопасности нахождения в окружающей среде;
- определение показателей: рост, вес, пульс, дыхание (для контроля над состоянием здоровья и его коррекции);
- основные правила правильного питания;
- понимание значения двигательной активности для развития здорового организма;
- знание правил сохранения здоровья от простудных и других инфекционных заболеваний;
- умение оказывать простейшую помощь при небольших порезах, ушибах, ожогах, обморожениях;
- знание природных факторов, укрепляющих здоровье, и правил их использования;
- знание лечебных учреждений (где возможно получить помощь в случае болезни).

Для эффективного сохранения и укрепления здоровья ребенка родители могут использовать разнообразные методы, рекомендованные педагогическим коллективом, учитывая возрастные особенности ребенка: занимательная беседа, рассказ, чтение и обсуждение детских книг, просмотр спортивных телепередач,

совместные походы, игры и прогулки ит.п.

### *3. Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.*

Понятие «здоровьесберегающая деятельность педагога» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет. Оно включает в себя умения учителя осуществлять деятельность по профилактике физического, психологического и социально-нравственного здоровья ученика.

Урок остаётся основной организационной формой образовательного процесса, поэтому важной частью здоровьесберегающей работы в школе является рациональная организация урока:

- обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете);
- количество видов учебной деятельности (4-7 видов за урок);
- средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности (7-10 минут);
- количество видов преподавания (не менее трех);
- чередование видов преподавания (не позже, чем через 10-15 минут);
- наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию;
- место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами);
- поза учащихся, чередование позы;
- наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке (физминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек);
- наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- наличие мотивации деятельности учащихся на уроке;
- психологический климат на уроке;
- наличие на уроке эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментарием, небольшое стихотворения, музыкальная минутка и т.п.

## Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности

**1.Раздел.** Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса.
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса.

**2.Раздел.** Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы.
- Организация качественного горячего питания обучающихся.
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения.
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

**3.Раздел.** Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ и готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения.
- Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций.
- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе.
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования.
- Организация самоаудита школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы.

**4.Раздел.** Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения.
- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении.
- Физвоспитание в режиме дня школы.
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа.

- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности.
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения.

**5.Раздел.** Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

- Организация образовательной работы в образовательном учреждении в рамках учебных дисциплин здоровьесохранного блока.
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной работе образовательного учреждения.

**6.Раздел.** Организация профилактики употребления психоактивных веществ в социальной среде обучающихся.

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.
- Выявление факторов риска распространения психоактивных веществ в среде обучающихся.
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

**7.Раздел.** Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся).

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся.

**8.Раздел.** Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).

- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья.
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.

- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

## **Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения**

1. *Гигиенические средства* (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежании переутомления

- Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава

- Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна

- Формирование здорового образа жизни

- Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.

- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций

*2. Средства двигательной направленности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)*

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений

- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены

- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура

- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

*3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровьесберегающие технологии)*

- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик

- Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер, обучающихся в процессе их развития

*4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии)*

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс

- Системный подход к организации образовательной деятельности

- Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения

*5. Профилактические и закаливающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)*

- Организация просветительского лектория

- Культурно-массовые мероприятия

- Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)

- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

## Методы контроля над реализацией программы

- проведение заседаний педагогического совета школы, совещаний при директоре;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль над организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

## План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1.</b>	<b>Медицинское направление.</b>			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Классный руководитель (согласно предоставленным данным)	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	ФАП	ежегодно	План медосмотров
1.3.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	ФАП	ежегодно	план прививок
1.4.	Анализ случаев травматизма в школе.	директора	ежегодно	материалы отчетов
1.5.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители,	ежегодно	материалы отчетов
1.6.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Директор, зам.директора по хозяйственной части, представители родительского комитета	ежедневно в течение года	
1.7.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> </ul>	завхоз, учителя, директор	Ежедневно в течение года	



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <li>• уборка</li> </ul>			
1.8.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	директора	ежегодно	справка по оценке расписания
1.9.	Постоянный контроль за школьной столовой.	зам.директора по хозяйственной части, директор школы	ежедневно в течение года	
<b>2.</b>	<b>Просветительское направление</b>			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	классные руководители	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	классные руководители	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	классные руководители	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	директор	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	классные руководители	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	директор	ежегодно	план работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
<b>3.</b>	<b>Психолого-педагогическое направление.</b>			
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;	классные руководители, педагог-психолог	ежегодно	диагностические исследования

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах;</li> <li>- изучение психологических возможностей и готовности детей к школе;</li> <li>- выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;</li> <li>- разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.</li> </ul>			
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	учитель физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	директор	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	учитель физической культуры	ежегодно	план работы
<b>5.</b>	<b>Диагностическое направление</b>			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	руководитель МС	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	руководитель МС, психолог.	ежегодно	материалы семинара

## Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

### *Сентябрь*

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы внеурочной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация качественного горячего питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки гигиены».
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Неделя здоровья.
- Обеспечение систематического контроля занятости детей во внеурочное время.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

### *Октябрь*

- Организация работы учащихся по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зимнему периоду.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Ежедневные физкультминутки и подвижные игры на переменах.

### *Ноябрь*

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками «Курить – себевредить».
- Тематические экскурсии.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на территории школы.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Отчёты о проделанной работе по организации здоровьесбережения в образовательном учреждении.

### *Декабрь*

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

### *Январь*

- Неделя здоровья. Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

### *Февраль*

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- Физкультурно-оздоровительное мероприятие ко Дню защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

### *Март*

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

### *Апрель*

- Акция «Всемирный день здоровья».
- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Тренинг с психологом «Территория экзамена».
- Систематические динамические паузы, физкультминутки.

### *Май*

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация «Уроков гигиены».

### *Июнь*

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

## Ожидаемые результаты здоровьесберегающей деятельности школы.

Основная задача школы, которая работает над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить ученика к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье. Здоровье ученика, его социально-психологическая адаптация, нормальное развитие во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка от 7 до 18 лет этой средой является школа.

Ступень	Уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1-2-е классы	Примитивно-поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек Присутствуют элементарные навыки санитарно-гигиенической культуры. Ученик приобщается к гигиенической культуре. Обучающийся внедряет в свою деятельность элементарные составляющие здорового образа жизни. Правильная организация питания в учреждении.
3-и классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4-е классы		Организация здорового образа жизни	
Среднее звено: 5-6-е классы	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к самостоятельной организации здорового образа жизни. Уменьшение психоэмоциональной нагрузки, отсутствие негативного отношения к учебному процессу. Учебная нагрузка, соответствующая возрасту обучающегося, не вызывает угнетения ребенка Осведомленность участников образовательного процесса в вопросах охраны и укрепления здоровья.
7-е классы		Формирование полового самосознания и здорового образа жизни	
8-9 е классы		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

## Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

1. Будет сформирована система физкультурно - оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.

2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.

3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.

4. Будет повышаться уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

### План действий по реализации программы «Путь к здоровью» на 2023-2026 учебные годы

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
Первый этап (2023-2024 уч.г.)	1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя». 2.Взаимопосещаемые открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе учителя-предметника при формировании ЗОЖ учащихся».	1. Круглый стол старшеклассников в «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего» 2. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся. 3.Исследование духовно-нравственного здоровья (представляет собой оценку уровня воспитанности и	1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, буклетов, выступлений собраниях. 2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в

		ценностных ориентаций школьников). 4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности и культуры здоровья школьников.	образовательном учреждении. 3.Работа родительской общественности по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.
<b>Второй этап</b> (2024-2025 уч.г.) <b>Цель:</b> реализация программы деятельности, внесение, по мере необходимости, корректив в ее основные положения	1.Обмен методическими материалами «Здоровье - это сила». 2.Организация цикла занятий «Здоровье- это сила». 3.Профилактическая тренировка для педагогов. 4.Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!»	1.Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов. 2.Организация медицинского всеобуча. 3.Школьная спартакиада. 4.Конкурс «Самый здоровый класс года». 5.Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4-е классы). 5.Цикл классных часов «Здоровые привычки – здоровый образ жизни» (5-7-е классы). 6.Цикл классных часов «Вредные	1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях. 2.Общешкольные семейные спортивные праздники. 3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым – это модно!». 4.Медико - педагогический всеобуч «Будьте здоровы!».

		привычки и их преодоление» (8-9-е классы).	
<p><b>Третий этап</b> (2025 – 2026 уч.г) <b>Цель:</b> обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно - оздоровительной работы школы.</p>	<p>Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».</p>	<p>1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся. 2. Исследование духовно – нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников. 3. Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников.</p>	<p>1. Общешкольное родительское собрание «Результаты реализации программы». 2. Размещение отчетной информации в родительские чаты.</p>
<p><b>Традиционные мероприятия на всех этапах</b></p>	<p>1. Выполнение и соблюдение норм и правил СанПиНов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, обследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий). 2. Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-8-х классах. 3. Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных и неинфекционных заболеваний среди обучающихся. 4. Обеспечение надлежащих психолого - педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми,</p>		



индивидуальный подход и т.п.).

5. Организация контроля над координацией питания учеников в школе.

6. Профилактика гиподинамии – организация подвижных переменок.

7. Часы неаудиторной занятости:  
подвижные игры (1-4-е классы);  
сотвори себя сам (5-7-е классы);  
спортивные игры (8-9-е классы);  
Тематическая спортивная неделя.

1. Общешкольный день спорта.
2. Дни здоровья.
3. Антинаркотический месячник «Будем жить!».
4. Тематические классные часы по ЗОЖ.
5. Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).
6. Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов.
7. Мониторинг эмоционального состояния учащихся и педагогов.
8. Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях.
9. Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.